

PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE SÃO PAULO
FACULDADE DE CIÊNCIAS HUMANAS E DA SAÚDE
CURSO DE PSICOLOGIA

HELENA PERAZZO BARBOSA SANTOS

**O IMPACTO DAS REDES SOCIAIS NA SAÚDE MENTAL DE JOVENS
BRASILEIRAS DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19**

São Paulo

2024

HELENA PERAZZO BARBOSA SANTOS

**O IMPACTO DAS REDES SOCIAIS NA SAÚDE MENTAL DE JOVENS
BRASILEIRAS DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19**

Trabalho de conclusão de curso como exigência parcial para a graduação no Curso de Psicologia sob a orientação da Prof.^a Dr.^a Miriam Raquel Wachholz Strelhow

São Paulo

2024

SANTOS, H. P. B. **O IMPACTO DAS REDES SOCIAIS NA SAÚDE MENTAL DE JOVENS BRASILEIRAS DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19.** Orientadora: Prof.^a Miriam Raquel Wachholz Strelhow. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia), FACHS-PUCSP, 2024.

Resumo:

A pandemia do covid-19 abalou o mundo inteiro devido ao grande número de casos registrados e mortes por dia, sendo necessário adotar medidas de segurança para conter a propagação do vírus. O isolamento social causou um grande impacto na saúde mental da população, fazendo com que o número de casos de ansiedade, estresse e depressão aumentasse. Como uma forma de lazer e comunicação, os indivíduos optaram pelo uso das redes sociais, fazendo com que o uso desses ambientes virtuais aumentasse consideravelmente. Portanto, essa revisão integrativa da literatura buscou investigar se há relação entre o uso das redes sociais e o aumento de casos de ansiedade, depressão e estresse em jovens brasileiras do sexo feminino durante a pandemia. Foram utilizadas as bases de dados LILACS, SCIELO e o Portal de Teses e Dissertações da Capes. A amostra final foi composta por 10 estudos. Os resultados apontaram para uma relação entre o aumento de casos de ansiedade, depressão e estresse e o uso das redes sociais durante o período de isolamento social. Fatores como o uso excessivo das redes sociais, exposição às telas, *fake news*, *cyberbullying* e a autoimagem nas redes sociais foram os principais resultados obtidos em relação ao uso das redes sociais e o aumento dos transtornos mentais. Outros fatores como o gênero feminino, a idade mais jovem, sexualidade, religião, estado civil, diagnóstico prévio de doença mental, renda familiar, raça/ cor da pele também tiveram relação com o aumento de casos de ansiedade, depressão e estresse durante o isolamento social.

Palavras-chave: Redes sociais, jovens, pandemia, saúde mental

SUMÁRIO

Resumo	3
Sumário	4
1. Introdução	
1.1 Pandemia do Covid-19 e suas consequências na saúde mental da população	5
1.2 Jovens e saúde mental durante a pandemia	7
1.3 Redes sociais e os perigos associados durante a pandemia	9
2. Objetivos	
2.1 Objetivo geral	12
2.2 Objetivos específicos	12
3. Método	12
4. Resultados	14
4.1 As jovens brasileiras durante a pandemia da Covid-19	17
4.2 O uso da internet e das redes sociais e suas influências na saúde mental das jovens brasileiras durante a pandemia	19
4.2.1 Exposição às telas durante o distanciamento social.....	19
4.2.2 Fake news durante a pandemia	20
4.2.3 Mídias sociais e os perigos associados	22
4.3 Outros fatores que influenciaram no aumento de casos de ansiedade, depressão e estresse durante a pandemia	24
5. Discussão	25
6. Considerações finais	19
7. Referências bibliográficas	31

1. INTRODUÇÃO

1.1 - Pandemia do Covid-19 e suas consequências na saúde mental da população

No final de 2019, a humanidade foi surpreendida pelo aparecimento de um vírus altamente perigoso, o SARS-CoV2, que provoca no ser humano a doença denominada Covid-19. O primeiro caso foi registrado na China, na cidade de Wuhan, no dia 31 de dezembro. A partir de então, os casos começaram a aumentar rapidamente, se espalhando pelo mundo todo, levando à declaração de uma pandemia. No Brasil, o primeiro caso registrado foi no final de fevereiro, e em março, foi recomendado o distanciamento social de todos para que conseguissem diminuir a transmissão desse vírus altamente contagioso (UNASUS, 2020). A infecção pelo vírus pode causar desde sintomas clínicos respiratórios semelhantes a uma gripe simples até a uma pneumonia atípica, podendo levar à morte. Outros sintomas comumente associados são a perda de paladar e olfato, e sintomas menos comuns como náuseas, diarreia, alteração do nível de consciência e lesões de pele (Dias *et al.*, 2021). Ademais, como medida de proteção, foi exigido o uso obrigatório de máscaras, algo incomum de ser usado aqui no ocidente, diferente do oriente onde já estão acostumados com esse acessório, causando desconforto em boa parte da população brasileira, assim como o isolamento dos casos suspeitos, o distanciamento social, lavagem frequente das mãos, limpeza dos ambientes e evitar o compartilhamento de objetos (Dias *et al.*, 2021).

Essa situação de distanciamento social e confinamento mudou completamente o estilo de vida das pessoas de forma brusca, causando repercussões psicológicas. Foram privadas de contato físico devido ao isolamento social; foi altamente recomendado a não saírem de casa; as escolas e faculdades tiveram que se adaptar para o ensino remoto, o que foi um grande desafio tanto para os professores quanto para os alunos; trabalhadores também migraram para trabalho remoto, enquanto muitas pessoas pararam de trabalhar por tempo indeterminado, outras perderam o emprego, e, portanto, a situação financeira de muitas famílias piorou. Segundo Dias *et al.* (2021), indivíduos em situações de incerteza sobre a situação financeira tendem a apresentar maior risco para o desenvolvimento de transtornos mentais, assim como sentimentos de desamparo, abandono e insegurança. Além da situação financeira, o risco de burnout em trabalhadores do setor da saúde trabalhando na linha de frente e o isolamento social foram os grandes responsáveis pelo aumento de estresse durante a pandemia. (Afonso e Figueira, 2020).

Dias *et al.* (2021) também afirmam que

Os principais sintomas psicopatológicos causados pela quarentena são medo, ansiedade, humor deprimido, maiores chances de abuso alcoólico, estresse pós-traumático e depressão. Esse quadro resulta de um conjunto de fatores que vão além da redução do contato com outras pessoas, mas também pelo medo da doença e até mesmo pelo impedimento de se despedir daqueles que morrem. (p. 2)

Strelhow *et al.* (2022) em pesquisa com adultos brasileiros encontraram também como resultado outros aspectos como medo excessivo da morte e possível deficiência física, medo de serem evitados se viessem a adoecer e um possível desenvolvimento de transtorno do humor. Outro fator que causou extrema preocupação foi o número de mortes crescente. Em agosto de 2020, foi atingida a marca de 100 mil mortes no país, o que aumentou o pânico, medo e indignação de parte da população em relação à forma como o governo estava lidando com a situação. Essa marca passou dos 700 mil mortos e 37 milhões de casos confirmados (Coronavírus Brasil, 2023). Essa insegurança sobre o futuro causou imenso pânico na sociedade, pois o medo de ser contaminado e da morte era grande, fazendo com que o estresse durante esse período aumentasse consideravelmente (Strelhow *et al.*, 2022).

Uma das várias consequências que essa pandemia provocou na população mundial foi o aumento considerável de casos de transtornos mentais, principalmente de ansiedade e depressão. De acordo com a OPAS (Organização Pan-americana da Saúde, 2022), um estudo fornecido pela Organização Mundial da Saúde (OMS) indicou que os casos de ansiedade e depressão aumentaram cerca de 25% apenas no primeiro ano da pandemia.

Os transtornos de ansiedade e depressão são doenças muito comuns e que afetam grande parte da população mundial. A Organização Mundial da Saúde estima que cerca de 300 milhões de pessoas em todo o mundo foram diagnosticadas com depressão no ano de 2015 e o número de pessoas com transtorno de ansiedade no mesmo ano foi semelhante. Já no Brasil, cerca de 5,8% da população possuía depressão e 9,3% ansiedade em 2015. Ademais, a depressão é a principal causa do suicídio, podendo ser responsável por 800 mil mortes todos os anos no mundo inteiro (Betinati *et al.*, 2019).

O Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5) (2013) define o Transtorno de Ansiedade Generalizada como uma preocupação excessiva acerca de diversos eventos ou atividades, onde o indivíduo apresenta dificuldade de controlar a preocupação e de evitar que pensamentos preocupantes interfiram na atenção no dia a dia. Os principais sintomas são: inquietação ou sensação de estar com os nervos à flor da pele, fadigabilidade, dificuldade de concentrar-se ou sensações de “branco” na mente, irritabilidade, tensão muscular, perturbação do sono.

Já o Transtorno Depressivo Maior é definido pelo DSM-5 (2013) como humor deprimido e falta de interesse ou prazer por, no mínimo, duas semanas. Os principais sintomas são: humor deprimido, diminuição do interesse ou prazer em todas ou quase todas as atividades, perda ou ganho significativo de peso sem estar fazendo dieta, ou redução ou aumento do apetite, agitação ou retardo psicomotor, fadiga ou perda de energia, sentimentos de inutilidade ou culpa excessiva, dificuldade para pensar ou se concentrar ou indecisão, pensamentos recorrentes de morte, ideação suicida, uma tentativa de suicídio ou plano específico para cometer suicídio.

Tanto o DSM-5 (2013) quanto a OMS apontam que os jovens e as mulheres são a população que mais apresentam esses tipos de transtornos. O DSM-5 (2013) diz que o transtorno de ansiedade generalizada atinge com frequência um pouco maior o sexo feminino do que o masculino, sendo cerca de 55 a 60% dos indivíduos que apresentam o transtorno do sexo feminino. Em estudos epidemiológicos, aproximadamente dois terços são do sexo feminino. Já nos casos de depressão maior, a prevalência em indivíduos de 18 a 29 anos é três vezes maior do que a prevalência em indivíduos acima dos 60 anos, e pessoas do sexo feminino apresentam índices de 1,5 a 3 vezes mais altos que o sexo masculino.

Os resultados de uma pesquisa feita pela Universidade do Rio de Janeiro mostram que os casos de piora na saúde mental aumentaram em escala preocupante durante a pandemia. O número de casos de depressão quase dobrou, enquanto o de ansiedade e estresse aumentaram 80% no período de isolamento social (Filgeiras e Stults-kolehmainen, 2020; Filgeiras e Stults-kolehmainen, 2021). Além disso, outra pesquisa mostrou que 40,4% dos brasileiros se sentiram deprimidos ou tristes, e cerca de 52,6% se sentiram ansiosos ou nervosos durante esse período (Dias *et al.*, 2021).

1. 2 - Jovens e saúde mental durante a pandemia

Segundo o Estatuto da Juventude, são consideradas “jovens” as pessoas que possuem idade entre 15 e 29 anos (Presidência da República, 2013). Pesquisas apontaram que os jovens sofreram mais que os adultos por causa do impacto social devido à pandemia (Breux *et al.*, 2023), e os principais sintomas psicológicos foram relacionados com ansiedade, depressão, tristeza e solidão (Jost *et al.*, 2023). Durante a pandemia, esses jovens tiveram diversas mudanças na rotina, incluindo aulas online no lugar das presenciais para aqueles que estudavam, e a necessidade de passar mais tempo dentro de casa. Os principais estressores

dos adolescentes durante a pandemia estão relacionados à saúde, escola e vida social (Jost *et al.*, 2023).

O isolamento social fez com que muitos jovens quebrassem a rotina que tinham antes e perdessem hábitos saudáveis como comer comidas saudáveis e fazer exercícios, que foram substituídos por fast food, maior tempo nas telas durante o tempo livre, aumento de comportamentos sedentários, etc (Breux *et al.*, 2023). Houve também uma diminuição das atividades extracurriculares por causa do confinamento, o que causou tédio e sentimento de solidão. Isolamento social e solidão estão associados ao aumento de ansiedade, depressão e ideação suicida em jovens (Breux *et al.*, 2023).

Devido à recomendação de não sair de casa, familiares começaram a passar mais tempo juntos no mesmo ambiente, o que resultou em mudanças no comportamento e na relação entre pais e filhos. Se por um lado passaram a conviver mais, por outro houve a percepção para muitos da relação ter se tornado mais negativa e caótica devido ao aumento de conflitos, violência e risco de abusos infantis. Pesquisas apontaram para uma relação entre a qualidade da relação dos adolescentes com seus pais e a saúde mental dessa população mais jovem durante a pandemia do Covid-19 (Breux *et al.*, 2023).

Outro fator que agravou a saúde mental dos jovens durante o isolamento social foi a questão do ensino à distância (EAD). Por causa do confinamento, as aulas presenciais tiveram que ser suspensas e passaram a ser online, o que acabou sendo difícil tanto para professores quanto para os alunos se adaptarem a esse novo modo de ensino. Alguns jovens começaram a apresentar preocupações relacionadas à perda de motivação nos estudos e também sobre acabarem ficando para trás da turma (Jost *et al.*, 2023).

Diversas pesquisas relataram que os grupos mais atingidos em relação à saúde mental foram os jovens e as mulheres. Os levantamentos feitos por Filgeiras e Stults-Kolehmainen (2020, 2021) apontaram que as mulheres foram mais propensas que os homens a sofrer com a ansiedade e estresse durante o período da pandemia. A pesquisa feita por Strelhow *et al.*, (2022) indicou que os níveis de estresse mais elevados estavam associados à variáveis como idade mais jovem e ser mulher, assim como menor escolaridade, ser solteiro, ficar com mais filhos, residir em país ou região com situação mais severa de covid-19. A pesquisa de Jost *et al.* (2023) também mostrou que meninas possuíam maiores níveis de estresse durante a pandemia, principalmente por causa do isolamento social.

Uma pesquisa feita por Jatobá e Bastos (2007) avaliou a presença de sintomas de ansiedade e depressão em adolescentes de 14 a 16 anos de escolas públicas e privadas e os resultados revelaram que o sexo feminino apresentou mais sintomas ligados à depressão que

o sexo masculino, principalmente sintomas mais graves, assim como sintomas de ansiedade, dos graus moderados e graves. Um estudo feito na Universidade de Alexandria também apontou que o sexo feminino (62%) sofre mais com os transtornos depressivos que o sexo masculino (52,5%) (Betiami et al., 2019). Assim, é possível afirmar que dados coletados durante a pandemia reforçam os indicadores de períodos anteriores, em relação às diferenças por sexo na prevalência desses transtornos.

1.3 - Redes sociais e os perigos associados durante a pandemia

Por causa do confinamento e do distanciamento físico, as pessoas encontraram nas redes sociais uma maneira de se manterem conectados aos seus amigos e familiares, além de usarem para entretenimento a fim de sair do tédio e também conseguirem estar sempre alerta sobre novas atualizações relacionadas à pandemia. Dessa forma, o uso das redes sociais aumentou consideravelmente durante este período de afastamento social, como mostra o site Datareportal (2022), um site que faz relatórios por ano dos usuários de internet e redes sociais de países.

Em janeiro de 2020, o número de usuários de internet no Brasil era de aproximadamente 150,4 milhões (equivalente a 71% da população) e esse número aumentou cerca de 8,5 milhões (6%) em relação ao ano anterior. Já o número de usuários de redes sociais era equivalente a 140 milhões (66% da população), com um aumento de cerca de 11 milhões (8,2%) em relação a 2019 (Datareportal, 2020). Em 2021, o número de usuários de internet aumentou para 160 milhões (75% da população), havendo um aumento de 9,6 milhões em relação ao ano anterior (um crescimento de 6,4%). E os usuários de redes sociais chegaram a 150 milhões (70,3% da população), totalizando um crescimento de 10 milhões (7,1%) em comparação com o ano anterior (Datareportal, 2021). Já em 2022, último ano da pandemia, haviam 165,3 milhões de usuários de internet (77% da população), totalizando um aumento de 5,3 milhões (3,3%) em relação a 2021. Os usuários de redes sociais equivaliam a 171,5 milhões (79,9% da população) e teve um aumento de 21 milhões (14,3%) em relação a 2021. Portanto, é notável o crescimento no número de usuários tanto de internet quanto das redes sociais durante a pandemia (Datareportal, 2022).

Atualmente, muitas crianças aprendem a mexer em celulares e tablets antes mesmo de ler e escrever, e ao crescerem, se tornam bastante ativas nas redes sociais. O fato de começarem a usar redes sociais desde cedo pode acarretar uma futura dependência de internet, onde o indivíduo sente uma extrema necessidade de estar sempre conectado,

atualizando suas redes sociais e checando as notificações constantemente. Esse vício pode desencadear outros problemas de saúde como transtornos alimentares, sedentarismo, obesidade, mudanças posturais, tendinite, transtornos de personalidade, ansiedade, fobia e isolamento social. (Valêncio, 2022). Algumas pessoas consideram a internet como um elemento fundamental para a sobrevivência, como mostra uma pesquisa feita pela Interactive Advertising Bureau (IAB), em parceria com a empresa ComScore, que apontou que 82% dos brasileiros consideram a internet essencial à sobrevivência. (Lima, Leive e Lemes, 2017).

Os adolescentes e jovens são o público que mais usam esse tipo de conteúdo e que são mais propensos a desenvolverem um vício na internet. Eles costumam checar frequentemente suas redes sociais, usam tecnologia antes de irem dormir e usam a internet de forma exagerada (Breux, *et al.*, 2023). Um estudo feito por Lima, Leive e Lemes (2017) em universitários dos cursos de psicologia, biologia e engenharia da computação, apontou que a grande maioria da população estudada fazia uso de redes sociais, sendo 94% de psicologia, 95% de biologia e 100% de engenharia da computação, com uma frequência elevada, já que a resposta mais escolhida foi “frequentemente” e a menos escolhida foi “raramente”. Um ponto preocupante é que, embora tenham falado que o uso das redes sociais não atrapalha em nada suas vidas, a maioria admitiu já ter se privado das necessidades fisiológicas como dormir, se alimentar e ir ao banheiro, para passarem mais tempo nas redes sociais. Outro estudo, feito por Moromizato *et al.* (2017), apontou que, dentre os 169 estudantes de medicina que participaram da pesquisa, 34% disseram fazer uso da internet entre 3 e 5 horas por dia, 28% entre 1 e 3 horas, 18% entre 5 e 8 horas, 15% mais que 8 horas e apenas 5% apontaram fazer uso por menos de 1 hora por dia. Além disso, em relação aos sintomas enquanto não estão conectados, 55,6% escolheram o tédio como maior sintoma, seguido por ansiedade (45,8%).

Outra questão relacionada às redes sociais é a exposição excessiva. Atualmente, muitos jovens estão optando por seguir carreira nas redes sociais como youtubers, influenciadores, *tiktokers*, criadores de conteúdo, etc, o que faz com que as chances de sofrerem algum tipo de *cyberbullying* aumente consideravelmente. De acordo com Breux, *et al.* (2023), os casos de *cyberbullying* se tornaram mais problemáticos durante a pandemia.

As redes sociais estimulam um comportamento de busca por curtidas, comentários e compartilhamentos, que ganham importância entre os usuários. As pessoas nesses ambientes virtuais escondem a parte ruim e triste de suas vidas e mostram só aquilo que consideram bom e interessante, em busca de curtidas e mais seguidores. Se não conseguirem atingir o número esperado de curtidas, comentários e compartilhamentos, muitas vezes os indivíduos optam por apagar essas postagens e se sentem rejeitados, não aceitos, com uma sensação de

que não possuem aquilo que se é suficiente para atingir a popularidade almejada nas redes sociais (Valêncio, 2022).

Além disso, os jovens são a população que mais utiliza redes sociais. A adolescência é o período de formação da identidade pessoal e social, portanto, durante esse período, os jovens são mais influenciáveis, principalmente nesses ambientes virtuais. Durante essa fase se espelham em figuras públicas das redes sociais, e são influenciados pelo padrão de beleza imposto nesses ambientes virtuais. O fato do jovem se espelhar e se comparar com outras pessoas nas redes sociais pode acabar ferindo a autoestima e aumentar a tendência de surgirem conflitos internos, crises existenciais e diversos outros pensamentos negativos (Valêncio, 2022). Especialmente durante a adolescência, o indivíduo está em busca de aceitação, e aquilo que é visto nas redes sociais torna-se uma referência importante para ele. Muitas vezes, ele acaba deixando seus gostos de lado, a fim de se encaixar nesse padrão considerado ideal e perfeito pelas redes, pois, afinal, o que mais importa nesse tipo de ambiente é ser aceito por aqueles considerados populares e de sucesso, além do número elevado de curtidas, seguidores e compartilhamentos. (Valêncio, 2022).

Um estudo mostrou que adolescentes canadenses que passaram mais tempo virtualmente com seus amigos próximos demonstraram altos níveis de depressão e adolescentes libaneses que passaram mais tempo nas redes sociais durante a pandemia tiveram mais sintomas relacionados à ansiedade (Breux *et al.*, 2023). Além disso, um estudo canadense apontou que adolescentes que tiveram mais contato com notícias sobre Covid-19 e mais usaram as redes sociais relataram mais estresse em relação ao Covid-19, e o uso de redes sociais foi relacionado com estresse e depressão (Jost *et al.*, 2023). Segundo Brito *et al* (2020), durante a pandemia, aumentaram os casos de descontrole alimentar, depressão, distúrbios do sono e outros transtornos, sobretudo porque os usuários relataram sentimentos e sensações constantes de descontrole devido ao uso excessivo de redes sociais, causados principalmente pelo quadro ansioso. Além disso, o receio de engordar e perder músculos se intensifica quando o descontrole e a ansiedade se tornam constantes.

De acordo com a bibliografia consultada, conclui-se que houve um aumento nos casos de ansiedade, depressão e estresse na população em geral durante a pandemia de covid-19. Além disso, os jovens são a população que mais usa redes sociais e durante a pandemia houve um aumento considerável do uso de redes sociais. Diante dos fatos apontados acima, levantaram-se as seguintes questões: *há relação entre o aumento de casos de ansiedade, depressão e estresse em jovens brasileiras do sexo feminino durante a pandemia e o uso das*

redes sociais? De que forma as redes sociais impactaram na saúde mental de jovens brasileiras do sexo feminino durante a pandemia de covid-19?

Para responder a essas questões realizou-se uma revisão integrativa da literatura nacional, com o objetivo de investigar se há relação entre o uso das redes sociais e o aumento de casos de ansiedade, depressão e estresse em jovens brasileiras do sexo feminino durante a pandemia.

2. OBJETIVOS

2.1 Objetivo geral

O objetivo desta pesquisa é investigar se há relação entre o uso das redes sociais e o aumento de casos de ansiedade, depressão e estresse em jovens brasileiras do sexo feminino durante a pandemia.

2.2 Objetivos específicos

- Compreender qual foi o papel das redes sociais durante a pandemia entre jovens do sexo feminino no Brasil.
- Investigar a relação entre redes sociais e saúde mental entre jovens do sexo feminino.
- Compreender os riscos das redes sociais para a saúde mental de jovens do sexo feminino.

3. MÉTODO

O método utilizado nessa pesquisa foi a revisão integrativa da literatura, que consiste em uma revisão mais ampla das pesquisas de acordo com a questão norteadora, diferente da revisão sistemática. A revisão sistemática se concentra em pesquisas com abordagens mais específicas e, segundo Souza, Silva e Carvalho (2010) “(...) busca superar possíveis vieses em cada uma das etapas, seguindo um método rigoroso de busca e seleção de pesquisas; avaliação de relevância e validade dos estudos encontrados; coleta, síntese e interpretação dos dados oriundos de pesquisa” (p. 2).

Já a revisão integrativa inclui diversas abordagens, o que possibilita uma análise mais ampla do tema, contribuindo para um conhecimento atual sobre o tema analisado. Ela permite:

A inclusão de estudos experimentais e não-experimentais para uma compreensão completa do fenômeno analisado. Combina também dados da literatura teórica e empírica, além de incorporar um vasto leque de propósitos: definição de conceitos, revisão de teorias e evidências, e análise de problemas metodológicos de um tópico particular.” (Souza, Silva e Carvalho, 2010, p. 2)

De acordo com os autores, esse método pode ser desenvolvido em seis etapas, sendo elas:

1. Elaboração da pergunta norteadora
2. Busca ou amostragem na literatura
3. Coleta de dados
4. Análise crítica dos estudos incluídos
5. Discussão dos resultados
6. Apresentação da revisão integrativa

A partir disso, foram analisadas pesquisas relacionadas ao tema deste trabalho de acordo com a pergunta norteadora mencionada acima. Os descritores utilizados na busca foram “redes sociais”, “mídias sociais”, “jovens”, “adolescentes”, “saúde mental”, “estresse”, “ansiedade”, “depressão”, “pandemia”, “isolamento social”, “confinamento”, combinados a partir do termo aditivo E.

As bases de dados utilizadas para a pesquisa foram Scielo, Lilacs, e Portal de Teses e Dissertações da Capes. Os critérios de inclusão foram: (1) pesquisas no idioma português; (2) pesquisas com amostras brasileiras; (3) artigos/trabalhos completos; (4) estudos feitos durante o período da pandemia e pós pandemia (2020-2023).

Para a seleção das pesquisas que foram analisadas, em um primeiro momento, deu-se atenção aos títulos das pesquisas encontradas e uma leitura dos resumos, verificando se eram relevantes para o estudo, a partir dos objetivos propostos e os critérios de inclusão definidos e se continham ao menos dois descritores. Em um segundo momento, foi feita a leitura dos resumos, sempre verificando se era relacionado ao tema da pesquisa. Por fim, foi feita a leitura integral dos estudos selecionados e separadas informações essenciais para a realização do trabalho.

Para realizar a análise dos dados, foram feitos fichamentos dos textos lidos contendo informações relevantes para a pesquisa, de forma a responder aos objetivos específicos. Os

resultados obtidos foram agrupados em temas após a identificação e o estabelecimento de relações entre os materiais.

4. RESULTADOS

A pesquisa nas bases de dados foi feita de 18 de fevereiro de 2024 a 2 de março de 2024. Inicialmente foram encontradas no total 237 pesquisas na base de dados Capes, 237 no Lilacs e 196 no Scielo, após a busca utilizando os descritores combinados com o termo aditivo “E”, totalizando 670. Em seguida, foram selecionados 77 trabalhos de acordo com os títulos, verificando se estes eram de interesse da pesquisadora. Foram descartadas pesquisas que não tinham relação com o tema pesquisado e duplicadas. Sendo assim, foram descartados 593. Dos títulos selecionados, foi verificado se estes continham pelo menos 2 descritores, e nessa etapa foram eliminados 16, restando 61 pesquisas. O próximo passo foi a leitura dos resumos, no qual foram descartados 23 (16 por não ter relação com o tema, 7 por não ser população brasileira), permanecendo 38 no total. Por fim, na leitura dos textos foram excluídos 28 (19 por não ter relação com o tema, 2 por não ter acesso ao trabalho, 5 por não ser amostra brasileira, e 2 por ser na língua inglesa). A amostra total incluiu 10 pesquisas, caracterizadas no quadro a seguir:

Tabela 1 - Caracterização dos estudos selecionados

Título	Autor (ano)	Tipo do Estudo	Objetivos principais	Amostra		
				N total	N meninas	idade min-max (M; DP)
Transtornos de ansiedade, depressão e sono-vigília em adolescentes no período pós isolamento social e suas potenciais associações com o uso de tecnologias	Luiz (2023)	Estudo quantitativo	Investigar a prevalência de transtornos de ansiedade, depressão e de sono-vigília em adolescentes no período pós-isolamento social e suas potenciais associações com	311	172	15 - 18 (M=16,4; DP=0,97)

digitais de informação e comunicação			o uso de TDIC.			
Estão os estudantes de odontologia com medo do Coronavírus? Um estudo piloto utilizando a escala de medo da COVID-19	Souza <i>et al.</i> (2021)	Estudo piloto	Avaliar o medo frente à COVID-19 em estudantes de Odontologia	40	24	16 - >26
Alterações comportamentais em adolescentes e jovens adultos durante a pandemia da covid-19	Hartwig <i>et al.</i> (2021)	Estudo quantitativo	Descrever a autopercepção de adolescentes e jovens adultos sobre possíveis modificações em comportamentos relacionados à atividade física, ao tempo em atividades sedentárias e aos hábitos alimentares durante o período de distanciamento social provocada pela pandemia da Covid-19.	186	90	16-21
A relação entre a autoimagem, a pele e o amplo uso de tecnologias de interação social impostas pela pandemia de COVID-19	Silva <i>et al.</i> (2023)	Estudo transversal	Avaliar o impacto gerado pelo uso de apps na pandemia sobre a autoimagem dos entrevistados por sexo biológico, idade e renda familiar	350	(88,6%)	18 - >40
Fatores de vulnerabilidade para o sofrimento psicológico	Dalcin <i>et al.</i> (2022)	Estudo quantitativo, descritivo e	Identificar os fatores que ocasionaram maior vulnerabilidade	-	422 (74,6%)	18 - >60

durante o distanciamento social		exploratório	para o sofrimento psicológico durante o distanciamento social.			
O uso intensivo da internet por crianças e adolescentes no contexto da Covid-19 e os riscos para violências autoinflingidas	Deslandes e Coutinho (2020)	?	Discutir as implicações do isolamento social devido à pandemia do Covid-19 para o uso intensivo da internet entre crianças e adolescentes e suas possíveis consequências para a prática de violências autoinflingidas.	-	-	-
Covid-19: como a disseminação de <i>fake news</i> pode influenciar a população durante a pandemia	Salatino <i>et al.</i> (2020)	Estudo bibliográfico	Identificar as notícias falsas classificadas pelo Ministério da Saúde (MS) como <i>fake news</i> inseridas na temática sobre coronavírus e Covid-19, publicadas e compartilhadas através das mídias sociais durante um período específico, e observar sua influência na população	-	-	-
Violência mental: ansiedade e depressão durante a pandemia de COVID-19 no	Musse <i>et al.</i> (2022)	Estudo transversal exploratório	Avaliar a frequência de ansiedade e depressão e seus fatores associados ao longo da pandemia de	1.057	829	18 - 79

Brasil			COVID-19			
Lazer e saúde mental em tempos de covid-19	Menezes (2021)	Estudo bibliográfico	Analisar como saúde mental e lazer foram impactados durante a pandemia por COVID-19	-	-	-
Vida sem escola e saúde mental dos estudantes de escolas públicas na pandemia de Covid-19	Vazquez <i>et al.</i> (2022)	Estudo transversal	Analisar os efeitos da pandemia de Covid-19 sobre a saúde mental dos estudantes durante parte do período de suspensão das aulas presenciais.	401	239	13-20

Fonte: Autora

Foram feitos fichamentos dos textos selecionados e as informações mais importantes foram separadas em 3 eixos: 4.1. As jovens brasileiras durante a pandemia da Covid-19; 4.2. O uso da internet e das redes sociais e suas influências na saúde mental das jovens brasileiras durante a pandemia; 4.3. Outros fatores que influenciaram no aumento de casos de ansiedade, depressão e estresse durante a pandemia.

4.1 As jovens brasileiras durante a pandemia da Covid-19

Dentre as 10 pesquisas que compõem a amostra, sete abordam a situação de jovens brasileiras durante a pandemia da covid-19.

A literatura aponta para um grande impacto da pandemia da Covid-19 em toda a população. Segundo Hartwig *et al* (2021) o confinamento forçado está ligado diretamente a situações estressantes ou entediadas que podem gerar quadros ansiosos. Além disso, Dalcin *et al* (2022) fizeram um estudo avaliando os fatores de vulnerabilidade para o sofrimento psicológico durante o distanciamento social e observaram que os respondentes com mais tempo de distanciamento social relataram ter tido mais comportamentos exagerados, comendo e bebendo em excesso e fazendo uso indevido de medicamentos. Segundo a pesquisa de Musse *et al* (2022), em uma amostra de 1068 participantes com idades entre 18 e 79 anos de 21 estados brasileiros, 42% apresentou sintomas moderados a severos para

ansiedade e 53% para depressão durante o período da pandemia. Já no período pós isolamento social, foi constatado na pesquisa de Luiz (2023) que 55% dos alunos (n=171) apresentaram ansiedade e 20,6% (n=64) depressão, além de que quase todos apresentaram escores significativos para distúrbios de sono vigília, como insônia, sonolência excessiva diurna, dificuldade em adormecer no momento desejado e eventos anormais durante o sono (Luiz, 2023). Portanto, devido às condições no qual a população se encontrava, sem contato social e o constante medo da situação e preocupação com amigos e familiares, houve aumento nos casos de ansiedade, depressão e estresse na pandemia da Covid-19.

Estudos mostraram que a população jovem feminina foi a que mais sofreu durante esse período. O estudo de Souza *et al.* (2021), que buscou avaliar o medo do coronavírus em estudantes de odontologia, mostrou que o medo estava associado ao sexo, pois o sexo feminino apresentou níveis mais elevados de medo da Covid-19. Além disso, o sexo também apareceu associado aos sintomas de depressão e ansiedade (Souza *et al.*, 2021). Na pesquisa de Deslandes e Coutinho (2020), o sexo foi o segundo fator mais relevante para sintomas de depressão e o primeiro para sintomas de ansiedade, assim como encontrado no trabalho de Vasquez *et al.* (2022), onde foi observado que o sexo feminino é o fator que mais contribuiu para o aumento do número de sintomas. Menezes (2021) também concluiu que o maior impacto psicológico da pandemia foi nas mulheres e que o sexo é uma variável de risco importante que tem maior probabilidade de desenvolver estresse, ansiedade e depressão. No estudo de Musse *et al.* (2022), mulheres tiveram uma maior frequência de sintomas moderados a severos, tanto de sintomas ansiosos quanto de depressão, em relação aos homens. Ademais, Deslandes e Coutinho (2020) refletiram em sua pesquisa que a posição social da mulher fez com que ela se ocupasse com mais atividades durante a pandemia, como atividades domésticas, cuidados com outras pessoas e o trabalho, o que acabou afetando o tempo de lazer dessas mulheres, o que pode ter contribuído para o aumento de sintomas de estresse, depressão e ansiedade, pois houve uma sobrecarga de atividades e uma diminuição do tempo de lazer.

Em outros estudos, o fato de ser jovem também se mostrou importante para a presença de sintomas de ansiedade e depressão. Musse *et al.* (2022) concluíram em seu trabalho que um dos principais fatores relevantes para depressão incluem ser mulher e ser mais jovem, e para ansiedade ser mais jovem se mostrou novamente um fator importante. Durante o confinamento social, os mais jovens apresentaram mais dificuldade para trabalhar, maior dificuldade com o sono, maior acúmulo de trabalho, mais comportamentos exagerados em relação a alimentos e medicamentos e maior uso de redes sociais, além de apresentarem

maior tendência a se sentir mais solitários, deprimidos, estressados e ansiosos (Dalcin *et al.*, 2022), o que pode explicar o porquê dessa faixa etária ser mais vulnerável a sintomas de ansiedade, depressão e estresse. Em sua pesquisa, Musse *et al.* (2022) observaram que tanto sintomas moderados a severos ansiosos, como sintomas depressivos, foram mais frequentes entre jovens, diminuindo consideravelmente após a meia idade.

4.2 O uso da internet e das redes sociais e suas influências na saúde mental das jovens brasileiras durante a pandemia

4.2.1 Exposição às telas durante o distanciamento social

Destacaram-se 7 pesquisas que encontraram resultados relevantes sobre a exposição às telas durante o distanciamento social.

Durante o confinamento social, como não era recomendado sair de casa e a população não tinha mais a mesma rotina, outras possibilidades de entretenimento foram utilizadas como forma de se distrair em meio à situação vivida. A pandemia de Covid-19 ocorreu no período da internet e é a primeira que se vive nessas condições (Deslandes e Coutinho, 2020). Graças a esse desenvolvimento tecnológico, as pessoas recorreram às telas e ao universo virtual como jogos online, assistir *lives* e filmes, registrando um aumento do uso da internet para se entreter, o que Menezes (2021) definiu como uma “residencialização” e “virtualização” do lazer. Porém, o uso da internet inclui também trabalho, estudos, compras online e aulas remotas, e não apenas lazer (Menezes, 2021).

Por causa da facilidade de acesso a esses meios de entretenimento, houve um aumento considerável no consumo de internet durante o confinamento social. Na pesquisa de Vasquez *et al.* (2022), que buscou investigar como foi a vida sem escola e a saúde mental de estudantes de escolas públicas na pandemia de Covid-19, os autores observaram que um a cada quatro jovens disseram estar expostos à telas, jogos, filmes, séries e redes sociais por mais de oito horas por dia, além das atividades remotas de ensino. Além disso, no estudo de Luiz (2023), que avaliou os transtornos de ansiedade, depressão e sono vigília em adolescentes no período pós isolamento social e suas potenciais associações com o uso de tecnologias digitais, o autor identificou que 92% da amostra afirmou possuir dispositivos móveis próprios (celular) e pelo menos uma televisão na casa e 74,2% (n=218) passavam em média 8,21 horas em contato com o celular. Já Hartwig *et al.* (2021) encontraram em sua pesquisa que a maior parte dos alunos destinou mais tempo para a utilização de smartphones,

tablets e microcomputador, porém também disseram que o distanciamento social não alterou ou até reduziu o tempo de utilização de televisores e videogames. Na pesquisa de Silva *et al.* (2023), 90% dos participantes afirmaram terem aumentado o uso de aplicativos durante a pandemia, e 87% disse acreditar que a pandemia interferiu no relacionamento social, pois tiveram que fazer o uso de aplicativos para se manterem conectados e respeitar o distanciamento social. Desse modo, Menezes (2021) conclui que:

O mundo virtual e suas possibilidades se tornaram o modo mais seguro de muitas pessoas manterem contato. A grande oferta das famosas “lives” foi uma das formas de artistas e criadores de conteúdo virtual ampliarem seus canais de comunicação. As redes sociais ganharam ainda mais visibilidade como meio de disseminar conteúdo, bem como as plataformas de streaming para oferta de filmes, séries, doc e outros conteúdos. (p. 429)

Em relação à exposição constante de telas, Luiz (2023) observou que os indivíduos que possuem televisão no quarto apresentaram escores mais altos de ansiedade do que os estudantes que não possuem. Menezes (2021) concluiu que o tempo de exposição às telas é o terceiro fator mais relevante para sintomas de depressão (mais de seis horas) e o segundo para sintomas de ansiedade. Vasquez *et al.* (2022) encontraram informações semelhantes, pois os resultados mostraram que o tempo de tela, assim como inverter o horário de sono, trocando o dia pela noite, estavam associados a mais sintomas em ambos os desfechos avaliados. Resultados parecidos foram comprovados em relação às redes sociais. Na pesquisa de Dalcin *et al.* (2022), os resultados apontaram que as pessoas que utilizaram mais as redes sociais durante a pandemia se sentiram mais deprimidas, mais estressadas e ansiosas. Também concluíram que quanto menor a idade, maior foi o uso de redes sociais, comportamento que apresentou correlação positiva com autopercepção de estresse, ansiedade e humor deprimido. (Dalcin *et al.*, 2022).

4.2.2 Fake news durante a pandemia

Na amostra estudada, quatro pesquisas encontraram resultados relevantes sobre o impacto das *fake news*, (informações, notícias e postagens que contêm informações falsas) durante a pandemia.

Uma das principais funções das redes sociais para as pessoas, além de manter contato com amigos e familiares, foi se manter atualizado sobre a situação da própria pandemia. Segundo Dalcin *et al.* (2022), os jovens utilizaram mais as redes sociais durante a pandemia e

buscaram estar bem informados sobre assuntos que envolvessem a Covid-19. Porém, o uso massivo dessas plataformas e a maior exposição às informações sobre o número de mortes e de infecções durante a pandemia acarretaram no aumento do sofrimento e prejuízos na saúde mental com surgimento de sintomas de ansiedade, depressão e pânico (Dalcin *et al.*, 2022; Deslandes e Coutinho, 2020). Segundo Dalcin *et al.* (2022), as pessoas que mais procuraram estar bem informadas sobre a Covid-19 tenderam a ficar mais estressadas, mais ansiosas, mais deprimidas, além de acreditar que correm mais risco de morte e apresentar dificuldades com o sono e para trabalhar. Além disso, quando se avaliaram apenas as pessoas que utilizaram as redes sociais para que possam se manter informadas, foi evidenciada uma correlação positiva com percepção de risco (Dalcin *et al.*, 2022). No estudo de Souza *et al.* (2021), que buscou avaliar o medo de estudantes de odontologia frente à Covid-19, o item “eu fico nervoso ou ansioso quando vejo notícias nos jornais e nas redes sociais sobre Covid-19” foi um dos itens que recebeu os maiores valores médios.

Em meio às diversas novas informações sobre a situação da epidemia, muitas *fake news* acabaram confundindo boa parte da população, pois, devido ao alto compartilhamento graças a facilidade das redes sociais, essas *fake news* acabaram se destacando mais do que as informações oficiais do governo, fazendo com que muitas pessoas acreditassem em informações falsas, e conseqüentemente, compartilhando com os demais. Salatino *et al.* (2020) fizeram uma pesquisa sobre como a disseminação de *fake news* puderam influenciar a população durante a pandemia. Para isso, investigaram os principais meios de disseminação das *fake news* para a população e classificaram as principais *fake news* que apareceram na pesquisa. Como resultado identificaram que as redes sociais Instagram (10,5%), Facebook (15,8%), e Whatsapp (73%) foram as mais utilizadas para a disseminação de *fake news*. Este último se destacando pela facilidade de enviar mensagens e pela existência de grupos com a família, amigos, colegas de trabalho e de turma, o que facilita a interação simultânea com todos sobre diversos assuntos. Sobre a frequência e os tipos de *fake news*, Salatino *et al.* (2020) concluiu que o mês de março foi o mês com mais *fake news* divulgadas (19), seguido por abril (10), fevereiro (6) e maio (1) e as categorias mais prevalentes de *fake news* foram “tratamento/cura” (15) e “prevenção” (8).

Ainda segundo Salatino *et al.* (2020), em situações como a da pandemia da Covid-19, notícias com número de casos diferentes daqueles divulgados por sites oficiais pode resultar em sentimentos de desesperança por parte das pessoas, assim como em implicações que colocam em risco a saúde da população. Para Souza *et al.* (2021), elevados níveis de medo podem induzir os indivíduos a não pensar racionalmente sobre a real situação vivenciada,

pois pode gerar nervosismo ou ansiedade ao ver notícias nos jornais ou nas redes sociais sobre covid-19. Para que não ocorra o risco do indivíduo se enganar com as *fake news*, é importante uma leitura crítica para julgar se a informação é confiável ou não, o que, segundo Dalcin *et al.* (2022) tem correlação com a escolaridade. Em sua pesquisa, respondentes de maior escolaridade fizeram mais uso de redes sociais, também confiaram mais nas informações divulgadas e têm buscado estar mais informados sobre assuntos que envolvam a pandemia (Dalcin *et al.*, 2022). Isso sugere que a educação pode desempenhar um papel crucial na interpretação e na resposta às informações disseminadas nas redes sociais.

4.2.3 Mídias sociais e os fatores de risco associados

Na bibliografia analisada, quatro pesquisas encontraram resultados relevantes sobre as mídias sociais e os fatores de risco associados.

Além da divulgação de *fake news*, já abordada acima, outros perigos acompanham diariamente os usuários de redes sociais. Segundo Musse *et al.* (2022), a exposição às redes sociais está associada a altos níveis de ansiedade, combinados com sintomas depressivos, o que pode ser um problema para a geração mais jovem. Na pesquisa de Luiz (2023), todos os estudantes da amostra indicaram que possuem pelo menos uma das redes sociais (Instagram, TikTok, Facebook, Snapchat, X). Dentre os jovens que mais utilizam as redes estão as mulheres de 18 a 29 anos que, segundo Silva *et al.* (2023), é o público mais propenso à influência das mídias sociais por estarem comumente expostas a elas. Luiz (2023) observou em sua pesquisa que 33,7% da amostra estudada afirmou postar conteúdo nas redes sociais todos os dias e 46% disseram postar com uma frequência um pouco menor. Em relação ao uso constante das redes sociais pelos jovens, Deslandes e Coutinho (2020) explicam que:

Adolescentes mesmo em quarentena mantêm seus laços sociais digitais e se vêem convocados a manter sua visibilidade no universo online. A sua imagem precisa circular nos circuitos de suas relações e para alguns reafirma-se a expectativa já reconhecidamente estimulada nessa ambiência cultural de se “tornar famoso” e, quiçá, se tornar um famoso “digital influencer”. [...] Toda a vida se torna passível de ser midiaticizada. A personalidade do autor, suas peripécias, rotinas e opiniões ganham suportes imagéticos, sonoros, textuais, audiovisuais ou todos interligados ao mesmo tempo, na função de mostrar “a vida como ela é”. (Deslandes e Coutinho, 2020, p. 282)

No estudo de Silva *et al.* (2023), os aplicativos mais utilizados durante o confinamento social foram o Instagram, Facebook, Whatsapp, Zoom, Facetime, Google Meet e Teams, todos sendo aplicativos que permitem uma rápida conexão com outros usuários,

tanto por texto quanto por imagem e vídeo. Ademais, o Instagram foi eleito como sendo o aplicativo mais influente por pessoas de 25 a 34 anos, seguido pelo Snapchat e X (antigo Twitter) (Silva *et al.*, 2023).

Ainda na pesquisa de Silva *et al.* (2023), que estudou a relação entre a autoimagem, a pele e o amplo uso de tecnologias de interação social durante a pandemia de Covid-19, 58,3% dos entrevistados relataram que os aplicativos influenciaram na sua autoimagem e 69,71% alegaram mudanças durante a pandemia na maneira como se percebiam fisicamente. Importante ressaltar que as mulheres de 18 a 29 anos foram as que mais responderam positivamente a essas duas questões (70,6%), ao contrário das mulheres com 40 anos ou mais, que negaram a influência desses aplicativos na sua autoimagem (Silva *et al.*, 2023).

Esse fenômeno de insatisfação com a própria imagem é chamado de “Zoom Boom” ou “Zoom Dysmorphia”. Segundo os autores, esse fenômeno ocorre quando há uma grande exposição durante meses a uma tela de vídeo chamada, fazendo com que o indivíduo comece a se sentir desconfortável com a própria imagem e busque excessivamente por procedimentos estéticos (Silva *et al.*, 2023). Além das vídeo chamadas em excesso durante o período de isolamento social, as redes sociais também contribuíram para que as pessoas buscassem por procedimentos estéticos, influenciadas por outros perfis das redes. As mulheres jovens são o público mais influenciado pelas mídias digitais a buscar por cirurgias estéticas ao observar e se comparar com outras mulheres que passaram pelos procedimentos estéticos, fazendo com que fiquem insatisfeitas com sua própria imagem (Silva *et al.*, 2023). No estudo dos autores, as mulheres de 18 a 29 anos e os homens de 40 anos com renda acima de cinco salários mínimos são o público que mais procuraram por procedimentos estéticos.

Outro aspecto destacado, foi que uso excessivo de redes sociais também deixa o indivíduo vulnerável a outro perigo: o *cyberbullying*. De acordo com Luiz (2023), sofrer ou presenciar *cyberbullying* está associado a maiores níveis de ansiedade e depressão. Como visto anteriormente, os jovens são a população que mais utiliza as redes sociais, alguns chegando a atualizar seus perfis todos os dias, o que os torna ainda mais vulneráveis ao *cyberbullying*. No estudo de Luiz (2023), dentre os jovens que faziam uso das redes sociais, 49% (n = 128) relataram já ter sofrido algum tipo de chateação em decorrência de algo que postaram, e 61% (n = 179) já sofreram ou presenciaram casos de *cyberbullying*, principalmente em relação à sexualidade e à cor da pele.

Durante o período de isolamento social, desafios online nas redes sociais se tornaram uma febre como uma forma dos jovens se entreterem, mas que acabou se tornando algo perigoso tanto fisicamente quanto mentalmente. Alguns desafios como o Desafio do

desodorante, que consiste em inalar desodorante ao ponto de desmaiar, ou o Desafio do Álcool em gel, onde a pessoa ingere, inala, coloca fogo em alguma parte do corpo, etc, são alguns exemplos de desafios que viraram febre nas redes sociais, mas que acabaram tirando a vida de diversos jovens ou ferindo seriamente. Um jogo que foi bastante comentado é o Jogo da Baleia Azul, que consistia em fazer o jogador completar desafios, alguns pediam até mesmo automutilação e suicídio (Deslandes e Coutinho, 2023). Segundo os autores, esses desafios online que envolvem autolesão são vistos e tratados apenas como uma “brincadeira” e o indivíduo que participa muitas vezes não enxerga o real perigo por trás. Os autores também observaram em sua pesquisa que o termo “desafio online” teve um grande aumento na busca na internet durante o distanciamento social. Além disso, novos desafios surgiram semanalmente, o que fez com que a busca por esse termo aumentasse dia após dia (Deslandes e Coutinho, 2023).

4.3 Outros fatores identificados relacionados ao aumento de casos de ansiedade, depressão e estresse durante a pandemia

Cinco pesquisas encontraram resultados relevantes dentre a bibliografia estudada, sobre outros fatores identificados relacionados ao aumento de casos de ansiedade, depressão e estresse, além do uso de redes sociais, já apontado.

Musse *et al.* (2022) observaram que vários fatores foram relacionados com o aumento de casos de ansiedade, depressão e estresse durante a pandemia. Os autores indicaram que menos da metade dos solteiros apresentaram sintomas moderados a severos para ansiedade e dois a cada três participantes relataram sintomas moderados a severos depressivos (Musse *et al.*,2022). Além disso, pouco mais de 49% dos participantes que relataram não ter religião apresentaram sintomas moderados a severos para ansiedade e mais de 60% apresentaram sintomas depressivos (Musse *et al.*,2022). Um a cada três dos participantes que relataram algum diagnóstico de doença psiquiátrica prévia apresentaram sintomas moderados e severos para ansiedade e mais de 70% da população que relatou fazer uso de medicamentos para dormir apresentaram sintomas severos para depressão e 60% para ansiedade (Musse *et al.*,2022). Em relação à depressão, Musse *et al.* (2023) encontraram outros fatores relacionados como consumir álcool, dormir menos de 8 horas por dia, ter percepção de risco de contrair Covid-19 alta ou moderada, julgar Covid-19 como muito perigosa, não utilizar máscara ao sair de casa, não sair de casa nas últimas quatro semanas, pesadelos frequentes e

ideação suicida. No que diz respeito à ansiedade, além dos fatores já citados acima, ser casado também se mostrou um fator importante.

No estudo de Luiz (2023), o gênero e a orientação sexual foram fatores determinantes na presença de ansiedade e depressão, que foram prevalentes nas mulheres e a população não-heterossexual. Dalcin *et al.* (2022) observaram que a renda familiar foi um fator importante pois teve influência na população com menor renda e perda financeira durante a pandemia. Já no estudo de Deslandes e Coutinho (2020) também foi encontrada uma relação com condições de saúde mental prévias, que contribuiu para ideações e tentativas de suicídio durante a pandemia. Em sua pesquisa, Vasquez *et al.* (2022) concluíram que a cor e raça estão associados a sintomas de ansiedade apenas, pois a população branca e amarela teve um maior índice de sintomas relacionados à ansiedade.

5. DISCUSSÃO

De acordo com os resultados da pesquisa apresentados acima, houve um aumento de casos de ansiedade, depressão e estresse durante a pandemia e as redes sociais são indicadas como tendo um papel importante nessa mudança. Muitas pesquisas analisadas encontraram resultados que comprovam esse fator. Hartwig *et al.* (2021), em seu trabalho, concluíram que o confinamento forçado está relacionado com situações estressantes ou entediadas, que acabam piorando a saúde mental dos indivíduos, por gerarem quadros ansiosos. Strelhow *et al.* (2022) disseram que a pandemia e o confinamento social mudaram a rotina da população e causaram medo e pânico na sociedade, principalmente por causa da insegurança sobre o futuro, medo da morte e de ser contaminado, o que acabou aumentando o estresse. Durante o confinamento social, a ansiedade e estresse causados pela situação fez com que os indivíduos tivessem comportamentos exagerados, como comer e beber em excesso e se automedicar (Dalcin *et al.*, 2022).

Segundo o DSM-5 (2013) e a OMS, as jovens mulheres são o público mais vulnerável a desenvolverem ansiedade e depressão. Em relação ao sexo feminino, diferentes estudos analisados corroboram essa afirmação (Souza *et al.*, 2021; Deslandes e Coutinho, 2020; Vasquez *et al.*, 2022; Menezes, 2021; Filgeiras e Stults-kolehmainen, 2020/2021). Por exemplo, na pesquisa de Musse *et al.* (2022), as mulheres tiveram uma maior frequência de sintomas moderados a severos de ansiedade e depressão se comparado com os homens.

Ser jovem também é um fator importante, se tratando de ansiedade e depressão, segundo o DSM-5 (2013). No estudo de Musse *et al.* (2022), os participantes mais jovens apresentaram mais sintomas de ansiedade e depressão. Uma explicação possível é que essa geração apresentou mais dificuldades relacionadas ao trabalho, estudos, sono, além de ser a geração que mais usa as redes sociais, sendo mais vulneráveis a se sentirem mais solitários, deprimidos, estressados e ansiosos (Dalcin *et al.*, 2022). Jost *et al.* (2023) adiciona que os principais estressores dos adolescentes estão relacionados a saúde, escola e vida social. Durante o confinamento social, as pessoas foram privadas do contato social, fazendo muitos se sentirem sozinhos, o que, segundo Breux *et al.* (2023) está associado ao aumento de ansiedade, depressão e ideação suicida nos jovens.

Para conseguirem se comunicar à distância, a população recorreu ao uso de redes sociais, que permitem um contato instantâneo a longa distância, por mensagens, vídeos e compartilhamento de fotos. Como apontado pelo site Datareportal (2022), no ano de 2020, primeiro ano da pandemia, o número de usuários de redes sociais era em torno de 140 milhões, equivalente a 66% da população, e esse número chegou a aproximadamente 171,5 milhões no ano de 2022, último ano da pandemia. Esses dados confirmam os resultados da pesquisa de Silva *et al.* (2023), onde 90% dos participantes disseram terem aumentado o uso de aplicativos no período de isolamento social, e na pesquisa de Vasquez *et al.* (2022), em que os resultados mostraram que um a cada quatro jovens usavam as redes sociais por mais de 8 horas por dia durante a pandemia. A população mais jovem foi a que mais utilizou esses aplicativos (Dalcin *et al.*, 2022). O uso excessivo de redes sociais durante o isolamento social tem relação com o aumento de casos de ansiedade, depressão e estresse, como afirma Jost *et al.* (2023) e Dalcin *et al.* (2022). Segundo Brito *et al.* (2020), o uso excessivo de redes sociais durante a pandemia causou descontrole alimentar, depressão, distúrbios do sono e outros transtornos, gerados por quadros ansiosos. Quanto mais cedo os indivíduos começarem a utilizar as redes sociais, mais chances de desenvolver uma dependência de internet futuramente, o que causa uma extrema necessidade de sempre estar conectado, usam tecnologia antes de dormir e utilizam a internet de maneira equivocada (Valêncio, 2022; Breux *et al.*, 2023).

Além do uso das redes sociais, a exposição às telas de forma geral aumentou consideravelmente durante a pandemia. Segundo Menezes (2021), houve uma “residencialização” e “virtualização” do lazer durante esse período, o que fez com que aumentasse o uso de telas para ter acesso a jogos online, filmes, *lives*, e utilizar a internet para diversas atividades para lazer, mas também outros aspectos como trabalho, estudo, e compras

online. Destaca-se no estudo de Luiz (2023), onde 92% da população estudada afirmou possuir um celular e pelo menos uma televisão na casa, e 74,2% revelaram que passavam em torno de 8,21 horas em contato com o celular. Hartwig *et al.* (2021) encontraram resultados semelhantes ao afirmarem que a maior parte dos alunos destinou mais tempo para a utilização de smartphones, tablets e microcomputadores. Alguns autores identificaram em seus estudos que o tempo de exposição às telas está relacionado com aumento de sintomas de ansiedade, depressão e estresse (Luiz, 2023; Menezes, 2021; Vasquez *et al.*, 2022).

Em relação ao uso das redes sociais, o Instagram, Facebook e Whatsapp foram as plataformas mais utilizadas durante a pandemia (Salatino *et al.*, 2020 e Silva *et al.*, 2023), pelo fato de permitirem o rápido compartilhamento de informações e mídias para amigos, familiares e grupos. Dessa forma, os indivíduos tiveram fácil acesso a informações sobre a situação da pandemia, como o número de mortes e de infecções, que, segundo Dalcin *et al.* (2022) e Deslandes e Coutinho (2020), está relacionado com o aumento de sintomas de ansiedade, depressão, pânico, estresse, dificuldades com o sono e acreditar que correm mais risco de morte. Embora as informações oficiais sobre a situação da pandemia possam ocasionar sofrimento à saúde mental da população, o grande compartilhamento de *fake news* nessas plataformas piorou ainda mais, não só a saúde mental mas também a saúde física. As *fake news* mais compartilhadas foram sobre “tratamento/cura” e “prevenção” (Salatino *et al.*, 2020).

Além do compartilhamento de informações sobre a pandemia, as redes sociais têm como principal função o compartilhamento de fotos, vídeos e mensagens para outros usuários. Na pesquisa de Luiz (2023), todos os estudantes da amostra indicaram que possuem pelo menos uma das redes sociais (Instagram, TikTok, Facebook, Snapchat, X), e 33,7% da amostra disse postar conteúdos frequentemente. Porém, a exposição às redes sociais traz consequências, como aponta Musse *et al.* (2022), que encontrou uma relação entre redes sociais e altos níveis de ansiedade e sintomas depressivos.

A exposição nessas plataformas pode prejudicar a autoimagem, fenômeno conhecido como “Zoom Boom” ou “Zoom Dysmorphia”, que ocorre quando o indivíduo, após uma longa exposição à sua própria imagem, se sente desconfortável (Silva *et al.*, 2023). Os jovens estão em uma fase onde buscam por aceitação, e são muito influenciáveis pelas figuras públicas das redes sociais, principalmente pelo padrão de beleza, e acabam se comparando com esses perfis que possuem muitos seguidores e likes, o que afeta a autoestima, pode provocar conflitos internos, crises existenciais e pensamentos negativos. (Valêncio, 2022). As jovens mulheres são o público mais afetado (Silva *et al.*, 2023). Por causa dessa influência

negativa das redes sociais no padrão de beleza, Silva *et al.* (2023) constataram que houve um aumento na busca por procedimentos estéticos durante a pandemia, principalmente por mulheres jovens. De acordo com Breaux *et al.* (2023), a mudança de rotina causada pelo isolamento social fez com que os jovens desenvolvessem hábitos não saudáveis, como comer fast food, maior tempo nas telas durante o tempo livre, aumento de comportamentos sedentários, falta de exercícios físicos, etc. Pode-se pensar que esses fatores também podem estar associados ao aumento da insatisfação com a própria imagem durante a pandemia.

A exposição excessiva nas redes sociais também deixa o indivíduo mais vulnerável ao *cyberbullying*. Com o aumento do uso das redes sociais durante a pandemia, os casos de *cyberbullying* cresceram consideravelmente (Breaux *et al.*, 2023). Luiz (2023) encontrou uma relação entre sofrer ou presenciar *cyberbullying* e maiores níveis de ansiedade e depressão. Na sua pesquisa, 49% dos entrevistados relataram já ter sofrido algum tipo de chateação em decorrência de algo que postaram e 61% já sofreram ou presenciaram casos de *cyberbullying*, principalmente se tratando de sexualidade e cor da pele. Esses números são importantes pois mostram que mais da metade dos usuários de redes sociais na amostra sofreu com esse tipo de violência.

Durante a pandemia, aplicativos de vídeos como o TikTok ficaram famosos, e com eles, também vieram os desafios online, que se tornaram febre durante o isolamento social. Esses desafios, disfarçados de brincadeira, trouxeram inúmeros sofrimentos aos jovens, tanto fisicamente quanto mentalmente. Esses desafios envolviam autolesão, brincadeira com fogo e inalar substâncias perigosas como o desodorante (Deslandes e Coutinho, 2023). Jovens se machucaram e até mesmo perderam a vida por causa desse tipo de “entretenimento”. O jogo da Baleia Azul foi um grande perigo aos jovens, especialmente aos adolescentes, durante o isolamento social, pois envolvia desafios de suicídio e automutilação. O termo “desafio online” foi muito pesquisado durante o confinamento social.

Por fim, segundo a bibliografia consultada, outros fatores tiveram associação com o aumento de casos de ansiedade, depressão e estresse durante a pandemia. Um dos principais fatores apontados pelos autores foi o diagnóstico prévio de doença psiquiátrica (Musse *et al.*, 2022; Deslande e Coutinho, 2020). Outro fator importante foi a renda familiar, que apareceu tanto na pesquisa de Dalcin *et al.* (2022) quanto na de Luiz (2023). Outros fatores sócio demográficos importantes encontrados nas pesquisas consultadas foi: ser casado, não ter religião, orientação sexual e cor/raça (Musse *et al.*, 2022; Luiz, 2023; Vasquez *et al.*, 2022). Diferente desses autores, Strelhow *et al.* (2022) encontraram em sua pesquisa que ser solteiro é um fator relevante para casos de estresse, além de menor escolaridade, ficar com mais

filhos, residir em país ou região com situação mais severa de Covid-19. Musse *et al.* (2022) apontaram que consumo de álcool, usar medicação para dormir, dormir menos de 8 horas, ter percepção de risco de contrair Covid-19 alta ou moderada, julgar Covid-19 como muito perigoso, não utilizar máscara ao sair de casa, não sair de casa nas últimas quatro semanas, pesadelos frequentes e ideação suicida são fatores relevantes tanto para depressão quanto para ansiedade, sendo essa última também relacionada a ser casado.

Dessa forma, observa-se que os estudos analisados corroboram de forma geral os dados da literatura, especialmente em relação ao aumento da prevalência de sintomas de ansiedade, depressão e estresse, com maior peso para jovens mulheres; a indicação do aumento de uso das redes sociais, telas e internet; associação entre esse uso e questões de saúde mental. Destacaram-se ainda nos estudos selecionados, dados não observados previamente como a questão das *fake news* e dos desafios online, e outras variáveis sociodemográficas.

6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados da pesquisa apontaram uma relação entre o aumento de casos de ansiedade, depressão e estresse durante o isolamento social, especialmente entre jovens do sexo feminino, mas também com destaque a outros fatores que influenciaram a presença de sintomas desses transtornos. A pandemia de forma geral causou muitas mortes ao longo desses três anos, assustando a população e causando sofrimento físico e emocional como pânico, medo, ansiedade, depressão, estresse, principalmente devido à mudança na rotina causada pelo isolamento social, insegurança sobre o futuro, preocupação com pessoas próximas, aumento no uso de redes sociais e exposição a telas, sentimentos de solidão, angústia e tristeza.

Por causa do isolamento social e a privação de contato com outras pessoas, a população teve que encontrar novas formas de estudo, trabalho e lazer, o que resultou no aumento do uso de telas, internet e redes sociais. O aumento do uso de redes sociais e exposição às telas implicou no aumento de casos de ansiedade, depressão e estresse. Alguns fatores que colaboraram para esse aumento foram o compartilhamento de *fake news*, exposição nas redes e percepção da autoimagem, *cyberbullying* e desafios online.

Além dos fatores relacionados às redes sociais, destacaram-se também fatores sociodemográficos para além do sexo feminino e idade mais jovem, como ser casado, não ter

religião, renda familiar, sexualidade e raça/ cor da pele e diagnóstico prévio de doença mental.

Importante notar algumas dificuldades na seleção dos estudos. Nas bases de dados selecionadas Capes e Scielo poucos trabalhos sobre o tema estudado foram encontrados. Alguns estudos acabaram entrando na análise, mesmo possuindo amostras acima da idade estabelecida inicialmente, por também incluírem jovens, o que ocasionou dificuldade em delimitar alguns dados, em relação à idade e sexo. Outro fator que pode ser levado em consideração em estudos futuros refere-se ao idioma, visto que para a presente pesquisa, apenas estudos em português foram analisados. Portanto, sugere-se que em trabalhos futuros sejam incluídas pesquisas em outros idiomas para ter resultados mais amplos. Ademais, seria interessante comparar os resultados encontrados nesta pesquisa, sobre jovens brasileiras, com pesquisas de outros países, além de dar continuação à compreensão do impacto futuro das questões aqui levantadas em uma perspectiva longitudinal.

Ressalta-se ainda que os estudos analisados neste trabalho são revisões da literatura, estudos teóricos e estudos empíricos de caráter transversal. Dessa forma, em sua maioria apresentam dados correlacionais, que não podem afirmar causa e efeito, embora demonstrem relações entre as variáveis analisadas e hipóteses explicativas. Entretanto, os dados embora não conclusivos podem indicar importantes interpretações e possibilidades de atuação com jovens brasileiros, especialmente jovens do sexo feminino.

7. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AFONSO, Pedro; FIGUEIRA, Luísa. **Pandemia COVID-19: Quais são os Riscos para a Saúde Mental?.** *Revista Portuguesa de Psiquiatria e Saúde Mental*, [S. l.], v. 6, n. 1, p. 2–3, 2020. DOI: 10.51338/rppsm.2020.v6.i1.131. Disponível em: <https://www.revistapsiquiatria.pt/index.php/sppsm/article/view/131>.

BETIATI, Viviani; CARDOSO, Isabela de Melo; COSTA, Brendo Rodrigues; ANTUNES, Mateus Dias; MASSUDA, Ely Mitie; NISHIDA, Fernanda Shizue. **Ansiedade e depressão em jovens universitários do curso de medicina de uma instituição do noroeste do Paraná.** *Revista Valore, Volta Redonda*, 4(Edição Especial): 41-54., 2019. DOI: <https://doi.org/10.22408/revva40201931441-54>

BREAUX, Rosanna; CASH, Annah R.; LEWIS, Jasmine; GARCIA, Katelyn M.; DVORSKY, Melissa R.; BECKER, Stephen P. **Impacts of COVID-19 quarantine and isolation on adolescent social functioning.** *Current Opinion in Psychology* 2023, 52:101613 DOI: <https://doi.org/10.1016/copsyc.2023.101613>

BRITO, Amanda Alberto de; THIMÓTEO, Tayná Brum; BRUM, Fábio. **Redes sociais, suas implicações sobre a imagem corporal de estudantes adolescentes e o contexto da pandemia do coronavírus (covid-19).** *COLÉGIO PEDRO II - Revista do Departamento de Educação Física* <https://cp2.g12.br/ojs/index.php/temasemedfisicaescolar/index>. *Temas em Educação Física Escolar*, Rio de Janeiro, v. 5, n. 2, jul./dez. 2020, p. 105 - 125.

Coronavírus Brasil, Painel Coronavírus, 2023. Disponível em: <https://covid.saude.gov.br/>

DALCIN, Laura Reichert; NETO, João Leite Ferreira; GUZELLA, Marcelo dos Santos. **Fatores de vulnerabilidade para o sofrimento psicológico durante o distanciamento social.** *Psicol. teor. práct.*; 24(3): 14194, 26.08.2022. Artigo em Português, Inglês, Espanhol | LILACS-Express | LILACS | ID:biblio-1436503

Datareportal, Global Overview Report, Digital in Brazil 2020, 2021, 2022. Disponível em: <https://datareportal.com/digital-in-brazil>.

DESLANDES, Suely Ferreira; COUTINHO, Tiago. **O uso intensivo da internet por crianças e adolescentes no contexto da covid19 e os riscos para violências autoinfligidas.** Ciênc. Saúde Colet. (Impr.); 25(supl.1): 2479-2486, Mar. 2020. graf Artigo em Português| LILACS | ID:biblio-1101071

DIAS, Isadora Correia; ALMEIDA, Camila Hibner de; MELO, Érika Mendonça Martins Melo; DIAS, Hemilly Costa; LUZ, Isabella Soares; SANTOS, João Luiz Duarte; BARBOSA, Júlia Ferraz; ZANETTI, Luana Favoreto; FILHO, Rodrigo Machado Novais; SOARES, Gustavo Fonseca Genelhu. **Os impactos da pandemia de COVID-19 na saúde mental da população.** Revista Eletrônica Acervo Científico | ISSN 2595-7899. REAC | Vol. 30 | DOI: <https://doi.org/10.25248/REAC.e8218.2021>

HARTWIG, Tiago Wally; CUNHA, Gabriel Barros da; CUNHA, Gicele de Oliveira Karini da; BERGMANN, Gabriel Gustavo. **Alterações comportamentais em adolescentes e jovens adultos durante a pandemia da covid-19.** Rev. bras. ciênc. mov; 29(2): [1-16], abr.-jun. 2021. tab, graf Artigo em Português | LILACS | ID:biblio-1364016

JATOBÁ, Joana D'Arc Vila Nova; BASTOS, Othon. **Depressão e ansiedade em adolescentes de escolas públicas e privadas.** J. bras. psiquiatr. 56 (3) • 2007. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0047-20852007000300003>

JOST, Geneva M.; HANG, Sally; SHAIKH, Ulfat; HOSTINAR, Camelia E. **Understanding adolescent stress during the COVID-19 pandemic.** Current Opinion in Psychology 2023, 52:101646
DOI: <https://doi.org/10.1016/j.copsy.2023.101646>

LIMA, Ana Cristina Alves.; LEIVA, Juliene de Cássia.; LEMES, Sebastião de Souza. **Viver em rede: uma análise sobre as implicações do uso das mídias sociais por estudantes universitários.** Revista online de Política e Gestão Educacional, Araraquara, v. 21, n. esp. 1, p. 896-912, out./2017. Disponível em: . E-ISSN:1519-9029.

LUIZ, Alan Vinicius Assunção. **Transtornos de ansiedade, depressão e sono-vigília em adolescentes no período pós-isolamento social e suas potenciais associações com o uso de tecnologias digitais de informação e comunicação.** 20/07/2023 100 f. Doutorado em

ENFERMAGEM EM SAÚDE PÚBLICA Instituição de Ensino: UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO (RIBEIRÃO PRETO), São Paulo Biblioteca Depositária: Biblioteca de Ribeirão Preto - USP

Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais 5ª EDIÇÃO (DSM-5). Transtorno Depressivo Maior, Transtorno de Ansiedade Generalizada, p. 160 e 222, 2014.

MENEZES, Suzy Kamylla de Oliveira Licere. **Lazer e saúde mental em tempos de covid19** (Online); 24(1): 408-446, 20210317. tab Artigo em Português| LILACS | ID:biblio-1252741

MOROMIZATO, Maíra Sandes; FERREIRA, Danilo Bastos Bispo; SOUZA, Lucas Santana Marques de; LEITE, Renata Franco; MACEDO, Fernanda Nunes; PIMENTEL, Déborah. **O Uso de Internet e Redes Sociais e a Relação com Índícios de Ansiedade e Depressão em Estudantes de Medicina**. Revista Brasileira de Educação Médica 41 (4) : 497 – 504 ; 2017. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/1981-52712015v41n4RB20160118>

MUSSE, Fernanda Cristina Coelho; CASTRO, Laura de Siqueira; MESTRE, Thiago Fuentes; PELLOSO, Sandra Marisa; POYARES, Dalva; MUSSE, Jorge Luiz Lozinski; CARVALHO, Maria Dalva de Barros. **Violência mental: ansiedade e depressão durante a pandemia de covid19 no Brasil**. Saúde e pesqui. (Impr.); 15(1): e9684, abr./jun. 2022. Artigo em Português | LILACS-Express | LILACS | ID:biblio-1368148

Organização Mundial da Saúde (OMS) e Organização Pan-americana da Saúde (OPAS). **Pandemia de COVID-19 desencadeia aumento de 25% na prevalência de ansiedade e depressão em todo o mundo**. 2022. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/noticias/2-3-2022-pandemia-covid-19-desencadeia-aumento-25-na-prevalencia-ansiedade-e-depressao-em>

Presidência da República, Lei nº 12.852, de 5 de agosto, Título I, Capítulo I, Art. 1º. 2013.

SALATINO, Aline Gizélia; OLIVEIRA, Andressa Gonçalves de; CAMARGO, Caio Cavassan de; OLIVEIRA, Jéssika de; MARCATO, Kelli Cristina Daniel; SILVEIRA, Luciana; LEITE, Maria Fernanda; RODRIGUES, Matheus Martin; SARANHOLI, Taís Lopes; GATTI, Marcia Aparecida Nuevo. **Covid-19: Como a disseminação de fake news**

pode influenciar a população durante a pandemia. Rev. Salusvita (Online); 39(3): 611-626, 2020. Artigo em Português | LILACS | ID:biblio-1378172

SILVA, Milena Barrera; MITUIWA, Beatriz Moura; TINOCO, Gabriela Cozin Aragão; VASCONCELOS, Rossana Cantanhede Farias de. **A relação entre a autoimagem, a pele e o amplo uso de tecnologias de interação social impostas pela pandemia de covid-19** .Surg. cosmet. dermatol. (Impr.); 15: e20230195, 2023. Artigo em Português |LILACS-Express | LILACS | ID: biblio-1438325

SOUZA, Marcela Tavares de; SILVA, Michelly Dias da; CARVALHO, Rachel de. **Revisão integrativa: o que é e como fazer.** Einstein. 2010; 8(1 Pt 1):102-6

SOUZA, Smyrna Luiza Ximenes de; LAUREANO, Isla Camilla Carvalho; CAVALCANTI, Alessandro Leite. **Estão os estudantes de odontologia com medo do Coronavírus? Um estudo piloto utilizando a escala de medo da COVID-19.** Rev. Ciênc. Méd. Biol. (Impr.); 20(1): 28-32, maio 5, 2021. tabArtigo em Português | LILACS | ID:biblio-1354784

Alessandro Leite. **Estão os estudantes de odontologia com medo do Coronavírus? Um estudo piloto utilizando a escala de medo da COVID-19.** Rev. Ciênc. Méd. Biol. (Impr.); 20(1): 28-32, maio 5, 2021. tab Artigo em Português | LILACS | ID:biblio-1354784.

STRELHOW, Miriam Raquel Wachholz; TORRES, Camila Mendonça; HUANG, Mônica Frederigue de Castro; ZANGARI, Wellington. **Situações de estresse durante a pandemia da Covid-19: Reflexões a partir da categorização do sofrimento percebido.** Saúde Comunitária em Tempos de Covid-19, Capítulo 3, p. 63 - 86, 2022.

Universidade Aberta do SUS (UNASUS). **Coronavírus: Brasil confirma primeiro caso da doença.** 2020.

VALÊNCIO, Clara Lúcia Giudice. **A depressão em adolescentes como consequência dos impactos das redes sociais.** 18-Nov-2022. Disponível em: <https://repositorio.pucsp.br/jspui/handle/handle/31727>.

VASQUEZ, Daniel Arias; CAETANO, Sheila C.; SCHLEGEL, Rogerio; LOURENÇO, Elaine; NEMI, Ana; SLEMIAN, Andréa; SANCHEZ, Zila M. **Vida sem escola e saúde mental dos estudantes de escolas públicas na pandemia de Covid-19**. Saúde em Debate Jun 2022, Volume 46 N° 133 Páginas 304 - 317. <https://doi.org/10.1590/0103-1104202213304>.